

NÚMEROS IMPORTANTES

(UNIDAD DE LOS PARTIDARIOS DE LAS VÍCTIMAS DE LA FISCALÍA)

327.3522

DERECHOS DE VIOLENCIA DOMÉSTICA

Usted puede dejar un mensaje en éste número, mencionando su posición acerca de la fianza del acusado junto con las posibles preocupaciones por su seguridad.

Si necesita más información, puede llamar a la Secretaria de la Unidad de Violencia Doméstica:

327.6961

Línea de Asistencia en español de la Fiscalía / 327.5339

Número de caso:

Nombre y número de Identificación (ID) del agente:

DERECHO DE LAS VÍCTIMAS

Usted puede dejar un mensaje en éste número, mencionando su posición acerca de la fianza del acusado junto con las posibles preocupaciones de su seguridad.

327.BOND
(2663)

Número de caso en el sistema Justice:

Nombre del paralegal y número de teléfono para su caso específico:

RECURSOS COMUNITARIOS

La Asociación de Salud Mental en el Condado de Marion / 251.0005

Línea de Ayuda de Crisis y Suicidio / 251.7575

Línea de Crisis del Hospital St. Vincent / 338.4800

Línea de Ayuda del United Way – Información y referencias / 926.HELP

La Plaza del Este / 890.3292

GRUPOS DE APOYO PARA VÍCTIMAS DE DELITOS

Legacy House / 554.5272

Madres en Contra de Manejar Tomado / 783.4199

Grupo de Apoyo para el luto de Community Hospitals / 621.4762
(cualquier tipo de muerte)

Grupo de Apoyo para el luto del Hospicio St. Vincent

(Cualquier tipo de muerte) / 338.4040

SERVICIOS DE CONSEJERÍA

(Llame al centro más cercano a Ud. La mayoría determina el costo de acuerdo con sus ingresos)

Centro de Salud Mental para Adultos y Menores--Sur / 882.5122

BehaviorCorp (Norte) / 574.1252

Centro de Salud Mental Cummins (Oeste) / 272.3330

Servicios de Salud Mental Gallahue (Este) / 621.7600

Centro de Salud Mental Midtown (Central) / 630.7791



Procesamiento, Protección,
Prevención

(317) 327.6940 TELÉFONO WWW.INDYGOV.ORG/PROS

251 EAST OHIO STREET, SUITE 160 INDIANAPOLIS, IN 46204

ESTE PROYECTO FUE AUSPICIADO (PARCIAL O TOTALMENTE) POR FONDOS DE SUBVENCIÓN DE PARTE DEL INSTITUTO DE JUSTICIA PENAL Y FUERON POSIBLES POR LA CONCESIÓN NO. 2003-VA-GX-0029 CONCESIONADA POR LA OFICINA DE PROGRAMAS DE JUSTICIA.



USTED HA SIDO VÍCTIMA DE UN DELITO. ¿Y AHORA QUE?

Entendiendo sus derechos como víctima.



Estimado Ciudadano:

Mi responsabilidad principal como el Fiscal del Condado de Marion, es la de poner a delincuentes violentos en la cárcel, en donde ya no puedan poner en peligro a la sociedad. Para poder hacer esto, mis comisionados y yo dependemos de la cooperación de personas como usted, sea usted una víctima o un testigo.

Mi oficina está dedicada a trabajar estrechamente con las víctimas, testigos, y miembros de la comunidad para que el sistema judicial funcione de una manera eficaz y sin problemas. Sabemos que quizás usted no esté familiarizado con el proceso, por lo cual le mandamos este folleto para ayudarle a entender lo que ha de venir, y cuál pueda ser su papel en el procedimiento legal que se le avecina.

Le agradecemos su compromiso y cooperación en nuestros esfuerzos para ver que se haga justicia, y para lograr que el Condado de Marion sea una comunidad más segura.

Sinceramente,

Carl J. Brizzi, Fiscal



UNA GUÍA PARA SANAR LA HERIDA EMOCIONAL

Muchos de nosotros no pasamos el tiempo pensando si seremos la próxima víctima de un delito. Sin embargo, cuando sucede, nos quedamos sorprendidos de la forma tan profunda en que nos afecta, y de lo confundidos que quedamos acerca del futuro que nos espera.

Este folleto se diseñó para tratar acerca de algunos de sus temores, y para asegurarle de que aunque sea aterrador convertirse en la víctima de un delito, usted puede superar las secuelas con seguridad, y puede recuperarse psicológicamente.

REACCIÓN INICIAL

Su reacción inicial puede ser de pura sorpresa – la sensación de que “esto no me puede estar pasando a mí.” Tanto el shock como la incredulidad, son reacciones comunes para darle tiempo al cuerpo para que se adapte. Cuando el shock se amengua y usted se da cuenta de la gravedad de la situación, usted puede aterrorizarse y sentirse entumecido. Muchos pensamientos empiezan a surgir en su mente dado que usted se empieza a preocupar por su seguridad. Muchas veces las víctimas relatan que se sienten como si estuvieran mirando una película y ellos fueran los protagonistas; que el delito no estaba sucediendo realmente. Otros relatan una sensación de tensión y escalofrío mientras su cuerpo se adapta al incremento de adrenalina.

¿QUIÉN ES RESPONSABLE?

Después del delito, usted quizás sienta una mezcla de rabia y culpa hacia el delincuente por haber puesto en peligro su vida y haberlo puesto en una posición de impotencia. Usted quizás se sienta culpable por no haber hecho algo para prevenir convertirse en la víctima de un delito. A muchos de nosotros nos han criado con la idea de que cualquier cosa que pase a nuestro alrededor, es el resultado de algo que hicimos u omitimos hacer. También es posible que creamos que solo aquellos con mala suerte son los que se convierten en víctimas de un delito. Nos cuesta aceptar que no tengamos control sobre todo lo que nos pasa.

Muchas veces el delito es un acto de azar, y no es su culpa que lo hayan hecho una víctima. El haber sido una víctima del delito quizás desafie sus creencias acerca de la seguridad del mundo, junto con otras. Solo hágase recordar a usted mismo que el hecho de que usted haya sobrevivido el delito, indica que usted ha hecho todo lo correcto.

¿QUÉ ME ESTÁ PASANDO?

No todo el mundo reacciona ante una crisis de la misma manera. Muchas víctimas de delitos relatan los mismos pensamientos y sentimientos. Es normal experimentar algunas o todas estas reacciones:

Desarreglos del Apetito y Sueño

Es posible que usted padezca de la inhabilidad de ir a dormir o de permanecer dormido, y quizás duerma mucho pero tenga pesadillas. Las pesadillas son comunes, pero no son peligrosas. Usted quizás no pueda comer o tenga ganas de comer todo el tiempo.

Tensión

Usted quizás experimente excesiva intranquilidad, o la incapacidad de concentrarse por largos períodos. También pueda experimentar reacciones exageradas a los ruidos. Si usted fue la víctima de un robo, puede que se preocupe de que el asaltante se desquite. Recuerde que el objetivo del asaltante fue conseguir dinero u objetos de valor, y usted fue el medio por el cual se consiguió su objetivo.

Pensamientos Intrusos

Recuerdos del delito pueden recurrir cuando usted menos lo espere, y pueden ser provocados por cosas inesperadas. Las imágenes del delito pueden repetirse en su mente una y otra vez.

Sentimientos Negativos

Sentimientos desagradables tales como una tristeza profunda, desamparo, miedo, ira, frustración o depresión pueden venir sin aviso.

Problemas entre Personas

Usted puede sentirse irritado por aquellos que lo rodean, y necesita su espacio por un tiempo. Usted puede encontrarse distanciándose de otros. Pareciera como que otros fueran incapaces de darle el apoyo y la compasión que usted necesita en ese mismo momento.

Disminución Del Rendimiento En Su Trabajo

Usted quizás note una disminución de sus niveles de productividad, y de la capacidad de concentrarse en sus tareas. Quizás sienta apatía por sus responsabilidades en el hogar y el trabajo.

¿CÓMO SALIR ADELANTE?

Primeramente, haga recordarse a sí mismo de que usted no está loco. Usted está experimentando reacciones normales ante una situación anormal. Así como todos reaccionamos en forma diferente ante una crisis, no todo el mundo se recupera de una crisis de la misma manera, o le lleva el mismo tiempo. La recuperación de un trauma causado por un delito, depende de muchos de los mismos factores que afectan a la recuperación de cualquier crisis adulta de la vida. Esto incluye fuerza interna, y mecanismos de recuperación; el apoyo de la familia y amigos, la forma en que se le haya tratado como víctima, y otros estreses presentes en su vida. Si algunos de los síntomas de estrés/crisis persisten sin aliviarse por meses, el hablar con un asesor profesional o terapeuta puede acelerar la recuperación. Recuerde que es normal que algunos síntomas empeoren al encarar el proceso judicial, pero generalmente el proceso de recuperación debe ir hacia delante, quizás lento, pero seguro.

FORMAS DE ALIVIAR EL ESTRÉS

- * Coma y beba moderadamente. Evite grandes cantidades de cafeína, alcohol o azúcar.
- * Descanse bastante. Si no puede dormir, empiece un diario para escribir acerca de sus sentimientos.
- * Haga ejercicio. Esto reduce los niveles de estrés y lo ayuda a relajarse y dormir.
- * Acepte la diversión y el gozo. Ahora es el momento para cuidarse a sí mismo, escuchar música para relajarse, tomar un libro que deseaba leer o ir al cine.
- * Expresé sus sentimientos. Comparta sus pensamientos y sentimientos por medio de un grupo de apoyo o con alguien de confianza, aunque sea doloroso hacerlo. Asegúrese de que la otra persona entienda que usted no está buscando una solución pero solo la oportunidad de hablar de cómo se siente.
- * Contacte a un profesional de salud mental. El ver a un asesor o terapeuta, no significa que usted sea débil. El asesoramiento profesional puede ayudarlo con sus pensamientos y sentimientos, especialmente si usted se siente responsable por el delito. (Información de asesoramiento se encuentra en la parte de atrás de este folleto.)
- * Mantenga su rutina. No haga cambios drásticos en su vida, tales como mudarse a una nueva casa o empezar un nuevo trabajo. Trate de mantenerse ocupado con actividades cotidianas.

DERECHOS DE LAS VÍCTIMAS

Usted tiene el derecho a que lo traten con equidad, dignidad y respeto durante el proceso de justicia penal.

Usted tiene el derecho de ser informado, a solicitud suya, si alguien que ha sido acusado de cometer un delito en su contra o alguien que ha sido condenado por cometer un delito en su contra, sea liberado o se haya escapado.

Usted tiene el derecho de consultar con la fiscalía después de que se haya promovido una acción penal, antes de que se lleve a cabo el juicio, y antes de la resolución de cualquier caso penal. Este derecho, sin embargo, no significa que usted tiene la autoridad para dirigir el procesamiento de un caso penal.

Usted tiene el derecho a que se considere su seguridad cuando se tomen decisiones con respecto a la libertad provisional. Si se promueve una acción penal en su caso, es posible de que el juez que preside tendrá una audiencia para tratar la fianza del acusado dentro de los tres (3) primeros días de su arresto.

Usted tiene el derecho a que se le escuche en cualquier audiencia de imposición de la condena, o en audiencias de libertad poscondenatoria.

Si se le hallara culpable al acusado, usted tiene el derecho a presentar una declaración escrita u oral para que se use en el informe precondenatorio.

Usted tiene el derecho de leer el Informe Precondenatorio de la Víctima y responder al material que se incluye en este informe.

Usted tiene el derecho de demandar indemnización y otros recursos civiles en contra del perpetrador.

Usted tiene el derecho a la información, a solicitud suya, de la resolución del caso, fallo condenatorio o condena del caso, y cuando liberen al perpetrador de la cárcel.

Usted tiene el derecho de ser informado de sus derechos constitucionales y de estatuto. Si usted desea tomar ventaja de estos derechos, usted deberá proveer su dirección y número de teléfono. Si usted falla en mantener informada a la Fiscalía del Condado de Marion acerca de cambios de su dirección y/o número de teléfono, la Fiscalía del Condado de Marion podrá revocar su solicitud para que se le notifique a usted.

